

2月給食予定献立表

アレルギー表示 ●卵 ▲乳

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き				午前おやつ 0才のみ	午後おやつ ★は手作りおやつ
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	その他		
1	金	ごはん 鶏肉の塩こうじ焼 キャベツのごま和え じゃが芋の煮物 味噌汁	米(国産) 白ごま・砂糖 じゃが芋・砂糖 麩	鶏肉 赤味噌	キャベツ・人参・わかめ 玉ねぎ・人参	塩こうじ かつおだし・醤油 かつおだし・醤油・酒 かつおだし	せんべい(ぼりんこ) お茶	▲せんべい(黒糖みるく) ▲牛乳
2	土	ピビンバ丼 キャベツの塩昆布和え フルーツ(オレンジ)	油・米(国産)	豚ミンチ 赤味噌	チンゲン菜・もやし・人参・コーン キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布 オレンジ	塩・焼肉のたれ		▲ビスケット(シガーフライ) ▲牛乳
4	月	●衣笠丼 もやしとささみの和え物 味噌汁	砂糖・片栗粉・米(国産) 砂糖 じゃが芋	うす揚げ・●卵 鶏ささ身 赤味噌	玉ねぎ・人参・みつば もやし・きゅうり・人参・わかめ キャベツ・しめじ	かつおだし・醤油・みりん かつおだし・醤油 かつおだし	クラッカー(ルヴァン) お茶	大学芋★ ▲牛乳
5	火	麦入りごはん マスのみぞれ煮 小松菜の和え物 芋の子汁	米(国産)・押麦 片栗粉・油・砂糖 砂糖 里芋・こんにゃく	マス 豚肉・豆腐・うす揚げ・赤味噌	大根 小松菜・白菜・しめじ・人参 人参・青ねぎ	酒・塩・かつおだし・酒・醤油 かつおだし・醤油 かつおだし	ほうれん草と小松菜せんべい お茶	ちんすこう★ ▲牛乳
6	水	▲ロールパン ▲クリームシチュー ごぼうサラダ フルーツ(りんご)	▲ロールパン じゃが芋 マヨドレ・白ごま	鶏肉・▲スキムミルク	玉ねぎ・人参・ブロッコリー ごぼう・きゅうり・人参・コーン りんご	▲クリームシチューの素 醤油	▲マンナビスケット お茶	おかかおにぎり★ お茶
7	木	▲ビーフカレー 春雨サラダ フルーツ(みかん)	じゃが芋・油・米(国産) 春雨・マヨドレ	牛肉	玉ねぎ・人参 きゅうり・人参 みかん	▲カレールー 醤油	バイビービスケット お茶	▲フルーチェ(いちご)★ お茶
8	金	ごはん 八宝菜 ピーズサラダ 中華風スープ	米(国産) 油・片栗粉 マヨドレ	豚肉 大豆	白菜・玉ねぎ・人参・ピーマン きゅうり・人参・コーン チンゲン菜・玉ねぎ・えのきだけ	中華だし・醤油・酒 鶏がらスープ	▲ウエハース お茶	ソフトサラダ ▲牛乳
12	火	ハヤシライス マカロニサラダ フルーツ(オレンジ)	油・米(国産) マカロニ・マヨドレ	牛肉 まぐろフレーク	玉ねぎ・人参 シラスベタタブル オレンジ	ハヤシフレーク	せんべい(ぼりんこ) お茶	フルーツ寒天★ お茶
13	水	ごはん サバの照焼 キャベツの和え物 切干大根の煮物 味噌汁	米(国産) 砂糖 砂糖 砂糖 麩・さつま芋	サバ うす揚げ 赤味噌	ゆず果汁 キャベツ・きゅうり・人参 切干大根・人参 玉ねぎ	醤油・みりん・酒 かつおだし・醤油 かつおだし・醤油・酒 かつおだし	クラッカー(ルヴァン) お茶	▲●ホットドッグ★ ▲牛乳
14	木	ごはん ●手作りハンバーグ 粉ふき芋 チンゲン菜とツナのサラダ スープ	米(国産) パン粉・油・砂糖 じゃが芋 マヨドレ	牛豚ミンチ・●卵 まぐろフレーク	玉ねぎ パセリ チンゲン菜・キャベツ・人参・コーン 玉ねぎ・人参・わかめ	塩・ケチャップ・とんかつソース 塩 チキンコンソメ	▲マンナビスケット お茶	▲ビスコ フルーツ(バナナ) ▲牛乳
15	金	麦入りごはん 白身魚の天ぷら ほうれん草の納豆和え 具だくさん味噌汁	米(国産)・押麦 小麦粉・油	ホキ 納豆 赤味噌	ほうれん草・キャベツ・人参 大根・ごぼう・人参・しいたけ・みつば	酒・塩 醤油・かつおだし かつおだし	ほうれん草と小松菜せんべい お茶	▲スイートポテト★ ▲牛乳
16	土	ツナチャーハン 鶏ささみとチンゲン菜の中華和え 味噌汁	ごま油・米(国産) ごま油・砂糖	まぐろフレーク 鶏ささ身 赤味噌	玉ねぎ・シラスベタタブル チンゲン菜・もやし・人参 かぼちゅ・玉ねぎ・しめじ	鶏がらスープ・塩・醤油 鶏がらスープ・穀物酢・醤油 かつおだし		ソフトせんべい ▲牛乳
18	月	お弁当の日					▲ウエハース お茶	せんべい(ぼたぼた焼) ▲牛乳
19	火	ごはん サクフライ ブロッコリーのサラダ 具だくさん味噌汁	米(国産) 小麦粉・パン粉・油 マヨドレ さつま芋	サケ うす揚げ・赤味噌	ブロッコリー・キャベツ・コーン 玉ねぎ・人参・白ねぎ	塩・ウスターソース かつおだし	▲マンナビスケット お茶	▲パン入りホットケーキ★ ▲牛乳
20	水	ごはん 鶏肉の照焼 キャベツのゆかり和え 五目豆 味噌汁	米(国産) 砂糖 こんにゃく・砂糖	鶏肉 大豆 赤味噌	キャベツ・きゅうり・人参・ゆかり 干しいたけ・人参・グリーンピース 大根・えのきだけ・わかめ	醤油・みりん かつおだし 醤油・酒・かつおだし かつおだし	せんべい(ぼりんこ) お茶	▲●ほうれん草クッキー★ ▲牛乳
21	木	ごはん 白身魚のみそマヨネーズ焼 チンゲン菜の和え物 きんぴらごぼう ●かき玉汁	米(国産) マヨドレ 砂糖 こんにゃく・油・砂糖	ホキ・赤味噌 ●卵	チンゲン菜・白菜・しめじ ごぼう・人参 玉ねぎ・人参	かつおだし・醤油 かつおだし・醤油・みりん かつおだし・醤油・塩	バイビービスケット お茶	▲マリービスケット フルーツ(オレンジ) ▲牛乳
22	金	ごはん 肉じゃが 春雨の酢の物 味噌汁	米(国産) じゃが芋・油・砂糖 春雨・砂糖 麩	豚肉 まぐろフレーク 赤味噌	玉ねぎ・人参・グリーンピース きゅうり・コーン・人参 ほうれん草・もやし	かつおだし・醤油・みりん・酒 かつおだし・穀物酢・醤油 かつおだし	クラッカー(ルヴァン) お茶	▲レモントースト★ ▲牛乳
23	土	焼そば もやしの和え物 フルーツ(バナナ)	中華麺・油 砂糖	豚肉	キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・人参 もやし・チンゲン菜・しめじ・人参 バナナ	塩・お好みソース かつおだし・醤油		ミニアスバラガスビスケット ▲牛乳
25	月	ごはん マスの西京焼 キャベツのごま和え ひじきと鶏肉の煮物 すまし汁	米(国産) 砂糖 砂糖・白ごま 砂糖・ごま油	マス・白味噌 鶏肉 豆腐	キャベツ・きゅうり・人参 芽ひじき・干しいたけ・人参 玉ねぎ・みつば	みりん かつおだし・醤油 かつおだし・醤油・酒 かつおだし・醤油・塩	ほうれん草と小松菜せんべい お茶	▲せんべい(雪の宿) フルーツ(りんご) ▲牛乳
26	火	ごはん 豚肉のチャプチェ 白菜とわかめのしらす和え 味噌汁	米(国産) 春雨・油・砂糖・白ごま・ごま油	豚肉 しらす干し 豆腐・赤味噌	玉ねぎ・人参・ニラ 白菜・きゅうり・人参・わかめ 大根・えのきだけ	醤油・みりん・酒 醤油・かつおだし かつおだし	▲マンナビスケット お茶	●チヂミ★ お茶
27	水	ごはん サバの煮付 ●小松菜の彩り和え 大根と油揚げの煮物 味噌汁	米(国産) 砂糖 砂糖 砂糖	サバ ●鰹糸卵 うす揚げ 赤味噌	しょうが 小松菜・白菜・しめじ 大根 玉ねぎ・人参・青ねぎ	かつおだし・酒・みりん・醤油 醤油・かつおだし かつおだし・醤油・酒 かつおだし	▲ウエハース お茶	▲ビスケット(シガーフライ) フルーツ(みかん) ▲牛乳
28	木	ツナピラフ ▲チキンのチーズ焼 ほうれん草のサラダ スープ デザート(白桃ゼリー)	油・米(国産) マヨドレ さつま芋 白桃ゼリー	まぐろフレーク 鶏肉・▲チーズ	玉ねぎ・シラスベタタブル ほうれん草・キャベツ・コーン 玉ねぎ・人参・わかめ	チキンコンソメ・塩 ケチャップ チキンコンソメ	せんべい(ぼりんこ) お茶	▲●メープルシフォンケーキ ▲牛乳

平均値

296

108

★献立の一部を変更することもありま

アレルギー対応献立
